

<<自己是最好的医生（全四卷）>>

图书基本信息

书名：<<自己是最好的医生（全四卷）>>

13位ISBN编号：9787545108255

10位ISBN编号：7545108256

出版时间：2010-10

出版时间：辽海出版社

作者：刘振鹏 主编

页数：232

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<自己是最好的医生（全四卷）>>

内容概要

防病重于治病，求医先要求己，积极地自我防病治病是确保健康的第一要则，这也是当代医学界大力提倡的健康新理念。

掌握一定的自我保健知识和医学常识，根据自身情况，积极地进行家庭保健和家庭自疗，自己就是最好的医生。

书中详细介绍了自我保健、心理健康、疾病治疗等方面的知识，是现代人维护身心健康的全方位指南。

本书语言通俗易懂，适合广大百姓自学自用，不论有无医学基础，都能一看就会。

了解疾病，认识自己的身体，掌握必要的医学知识，你会发现：最好的医生其实就是你自己。

现在拥有这本书，自己就可以轻松掌握对付疾病的方法，还能免去上医院的高额费用和繁琐手续。

书中所倡导的“自己是最好的医生”的理念，既独特又科学，是新世纪百姓健康生活的基石。

通过这本书的知识，你也能成为自己最好的医生！本书实用性强，适用面广，可供医疗、家庭保健参考。

<<自己是最好的医生 (全四卷)>>

书籍目录

《自己是最好的医生：1》 第一章 由《黄帝内经》说起 《黄帝内经》是外星人写的? 是药三分毒? 医家还是兵家? 柳枝接骨道法自然 第二章 脏腑决定病理变化 实习医生VS针灸狂热者 阴阳是什么? 将军之官 谋虑出焉 中医教你绿色安全呵护肝脏 五脏六腑皆令人咳? 肺为娇脏 外邪易伤 你的喜悦伤害了谁? 饿瘦减瘦 不如“补”瘦 “智能”乌鸡白凤丸 先天之本与后天之本 肾阴肾阳明白补 金木水火土 《自己是最好的医生：2》 《自己是最好的医生：3》 《自己是最好的医生：4》

<<自己是最好的医生（全四卷）>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>